

半人工膝關節置換手術照護須知

一、什麼是半（部分）人工膝關節置換術？

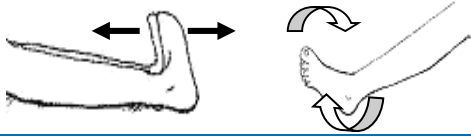
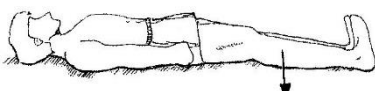
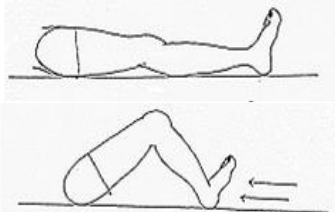
適用於膝關節只有單側軟骨磨損或骨頭壞死、膝關節整體活動角度大致正常的病人。手術切除出現磨損的部分，更換單側人工膝關節，手術造成的組織破壞、磨骨量及出血量都較全人工膝關節置換少。

二、手術後注意事項

- 1.只要您的意識清醒，喝水無噁心嘔吐，就可以進食，一般建議剛開始不要進食太多。
- 2.必要時醫師會在傷口放置引流袋引流血水，並以彈性繃帶加壓包紮，傷口引流袋請放在肢體外側避免牽扯或壓迫。
- 3.開刀傷口處，手術後前 2~3 天可使用冰囊袋冰敷；冰敷 20~30 分鐘，休息 30~60 分鐘交替操作，有止血及減輕疼痛的效果。
- 4.疼痛厲害時請通知護理人員給予止痛劑使用。
- 5.手術後若有脹尿無法排出尿液之情形時，立即通知護理人員處理。
- 6.手術的腳用枕頭抬高，並活動腳趾、腳踝，可幫助血液循環，減少末梢肢體腫脹。

三、手術後復健運動

- 1.手術後，在可忍受的範圍內可執行以下的運動，盡早下床活動：

復健運動	圖示
(1)踝部運動：平躺，患肢腿伸直，腳板上下踩動、轉動	
(2)股四頭肌運動：平躺，患肢腿伸直，用力收縮大腿肌肉，使膝窩緊貼床面，從 1 數到 5 才放鬆，停 5 秒再重複，增加肌肉的力量	
(3)抬腿運動：平躺，膝關節伸直將腿向上抬高，抬高 5 秒後將腿放下，停 5 秒再重覆	
(4)床上膝關節自主式彎曲活動：在床上主動的彎曲與伸直膝關節，直到可以彎曲的最大角度（下肢滑行運動），每日不限次數	

半人工膝關節置換手術照護須知

復健運動	圖示
(5)床緣的膝關節自主活動： 坐在床緣，練習膝關節的彎曲與伸直；每回做 20 次，每天做三回	 彎曲：以健肢來壓患肢、伸直：每次停 5 秒鐘

2.手術後直到康復的期間，必須以助行器幫助行走；一般使用期間大約是一～二個月，依病人復原快慢而有所不同。

四、出院注意事項

- 傷口照顧：在出院的時候，護理人員會教導您在家如何照護傷口；如果有下列任一狀況，則必需盡速回醫院就醫：(1)傷口有臭味；(2)傷口敷料明顯滲濕；(3)傷口愈來愈痛；(4)發燒。
- 對於患肢的照顧：
 - 患肢抬高：手術後可能都還會有下肢腫脹的現象；平日應抬高患肢，以避免腫脹。
 - 膝關節的活動：如同在醫院一般，每日定時練習；並且盡量試著加大彎曲的角度。
 - 踝關節的幫浦運動與下肢肌力的練習：回家後還是要持續運動，才能順利恢復下肢功能。
- 預防跌倒：剛手術過後的患肢，協調性會比較差。所以要注意不要跌倒，以免發生意外。

五、如有下列情形，請立即返診

呼吸急促：即刻回診，須排除肺栓塞。

參考資料

- 林笑、吳翠娥、李和惠、邱飄逸、羅筱芬(2020)・骨骼、肌肉、關節疾病病人之護理・於胡月娟總校閱，*內外科護理學下冊*（六版，909-911 頁）・華杏。
- 袁素娟(2021)・肌肉骨骼系統疾病之護理・於劉雪娥總校閱，*成人內外科護理下冊*（八版，569-572 頁）・華杏。
- 陳翰裕、詹美華(2023)・膝關節・於徐阿田、曹昭懿主編，*骨科物理治療學上冊*（四版，10-45-10-62 頁）・禾楓。